

免费提供

精品教学资料包

服务热线: 400-615-1233
www.huatengzy.com

HULI XINLIXUE

护理心理学

高等院校医护类专业创新教材

HULI XINLIXUE

护理心理学

主编 刘雪琴 郑秀坤

高等院校医护类专业创新教材

护理心理学

主编 刘雪琴 郑秀坤

西北大学出版社

策划编辑 曹晓旭
责任编辑 陈英烨 周莉
封面设计 刘文东

ISBN 978-7-5604-5237-1



9 787560 452371 >

定价: 59.80元



西北大学出版社

高等院校医护类专业创新教材

HULI XINLIXUE

护理心理学

主 编 刘雪琴 郑秀坤

副主编 范玲玲

编 者 (按姓氏笔画排序)

刘雪琴 (济源职业技术学院)

陈晓娜 (营口职业技术学院)

范玲玲 (营口职业技术学院)

郑秀坤 (营口职业技术学院)

侯懿函 (营口职业技术学院)

董 营 (营口职业技术学院)



西北大学出版社

· 西安 ·

图书在版编目(CIP)数据

护理心理学 / 刘雪琴, 郑秀坤主编. —西安: 西
北大学出版社, 2023. 10
ISBN 978-7-5604-5237-1

I. ①护… II. ①刘… ②郑… III. ①护理学—医学
心理学 IV. ①R471

中国国家版本馆 CIP 数据核字(2023)第 202468 号

护理心理学

HULI XINLIXUE

刘雪琴 郑秀坤 主编

出版发行 西北大学出版社
地 址 西安市太白北路 229 号
网 址 <http://nwupress.nwu.edu.cn>
电 话 029-88303042
经 销 全国新华书店
印 装 三河市龙大印装有限公司
开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16
印 张 19.75
字 数 402 千字
版 次 2023 年 10 月第 1 版 2023 年 10 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5604-5237-1
定 价 59.80 元

如有印装质量问题,请与本社联系调换,电话 029-88302966。

党的二十大报告中明确指出，要“推进健康中国建设”，要“把保障人民健康放在优先发展的战略位置，完善人民健康促进政策”，特别强调要“重视心理健康和精神卫生”，这极大鼓舞了我们推动心理健康事业高质量发展的信心和决心。

护理心理学是护理专业学生必修的基础课程，随着生物－心理－社会现代医学模式的确立，心理护理已成为整体护理的核心内容之一。它对研究患者心理活动的规律及特点，促进患者心身康复，以及维护护理人员自身心理健康，培养优秀的护理人才，均发挥着极其重要的作用。

本书以现代医学模式和整体护理模式为指导，针对高等院校护理专业学生的特点，围绕实用型人才培养目标，突出体现了以下特点。

1. 强化“三基”“五性”

充分体现“三基”（基础理论、基础知识、基本技能）、“五性”（思想性、科学性、先进性、启发性、适用性）基本原则，重视护理心理学新理论与新技能的融合，旨在提高学生的专业能力。

2. 力求做到“四个适应”

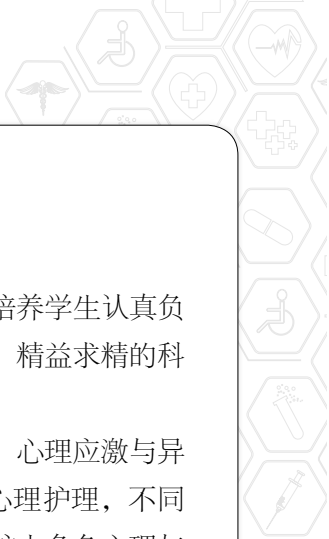
为了适应医学模式的转变，本书在内容的选择和构建上体现了“以人的健康为中心，以整体护理为指导，以护理程序为主线，护理措施重视心理护理”的特色；为了适应社会经济发展和人群健康需求变化，将护理对象从“患者”扩大到“人群健康”；为了适应科学技术的发展，体现了近年来的新技术、新方法；为了适应医学教育的改革与发展，全书以学生为主体，注重学生综合素质和创新能力的培养，并将理论知识用于临床实践。

3. 体现整体性和实用性

本书力求做到整体优化，突出专业特色，减少学科交叉，避免相应学科间出现内容重复。先基础，后应用；先理论，后实践；贴近学生，贴近岗位。

4. 突出逻辑性和引导性

在每章之前设置“学习目标”，明确学习重点；在每章的重要小节设置了“案例导入”，用临床真实情境激发学生的学习兴趣；在各章节中穿插了“知识链接”，以激发学生思考，拓展学生视野，提高学生自学的积极性；每章章末的“课后思考题”栏目可以



让学生巩固所学重点知识。

5. 培养科学探索精神

为落实高校立德树人根本任务，本书在每章中融入了思政元素，旨在培养学生认真负责的工作态度，增强学生的责任担当意识，培养学生诚实守信、团结协作、精益求精的科学探索精神。

本书除绪论外共分十章，内容包括心理学基础，心理健康与心身疾病，心理应激与异常心理，心理评估，心理咨询与心理危机干预，患者角色、患者心理与心理护理，不同阶段患者的心理护理，不同病症患者的心理护理，护患关系与护患沟通，护士角色心理与维护。

本书由济源职业技术学院刘雪琴和营口职业技术学院郑秀坤担任主编，营口职业技术学院范玲玲担任副主编，营口职业技术学院陈晓娜、董营和侯懿函参与编写。

编者在编写本书过程中参考了有关护理心理的书籍和资料，也借鉴了大量专家、学者的研究成果和学术观点，在此对相关人士表示衷心的感谢。由于编者的学识水平与能力有限，书中难免存在不足之处，恳请广大读者批评指正。

编 者

绪论 1

0.1 护理心理学概述 1

0.1.1 护理心理学的概念 2

0.1.2 护理心理学的研究对象与主要任务 2

0.1.3 护理心理学研究的基本原则与方法 3

0.2 护理心理学的发展概况 5

0.2.1 中国护理心理学发展概况 5

0.2.2 国外护理心理学发展概况 6

0.2.3 护理心理学的发展趋势 7

0.3 护理心理学的意义 8

0.3.1 适应医学模式的转变 8

0.3.2 有助于提高护理人员的心理素质 9

0.3.3 有助于现代护理学的发展 9

第1章 心理学基础 12

1.1 心理现象及其本质 13

1.1.1 心理现象 13

1.1.2 心理现象的本质 14

1.2 心理过程 15

1.2.1 认知过程 15

1.2.2 情绪和情感过程 25

1.2.3 意志过程 31

1.3 人格 34

1.3.1 人格概述 34

1.3.2 人格倾向性 35

1.3.3 人格心理特征 37

1.3.4 自我意识 44

1.3.5 护士人格与临床护理 44

1.4 心理学重要理论 45

1.4.1 精神分析理论 45

1.4.2 行为主义理论 49

1.4.3 人本主义理论 53

1.4.4 建构主义理论 55

第2章 心理健康与心身疾病 59

2.1 心理健康概述 60

2.1.1 心理健康的概念及标准 60

2.1.2 心理健康教育 61

2.2 心理社会因素对健康的影响 62

2.2.1 心理因素对健康的影响 63

2.2.2 社会因素对健康的影响 63

2.3 心身疾病 64



2.3.1 心身疾病概述 64

2.3.2 心身疾病的治疗与预防 66

2.3.3 常见的心身疾病及护理 68

第3章 心理应激与异常心理 79

3.1 心理应激 79

3.1.1 心理应激概述 79

3.1.2 心理应激的过程 80

3.1.3 心理应激的影响因素与
对健康的影响 87

3.1.4 心理应激的调控 89

3.2 异常心理 91

3.2.1 异常心理的概念 91

3.2.2 常见心理障碍 91

第4章 心理评估 102

4.1 心理评估概述 103

4.1.1 心理评估的概念 103

4.1.2 心理评估者应具备的条件 103

4.2 常用的心理评估方法 104

4.2.1 观察法 104

4.2.2 访谈法 105

4.2.3 心理测验法 108

4.2.4 临床心理评估方法 111

4.3 心理测验 116

4.3.1 智力测验 117

4.3.2 人格测验 120

4.3.3 常用的评定量表 125

**第5章 心理咨询与心理危机
干预 134**

5.1 心理咨询 135

5.1.1 心理咨询概述 135

5.1.2 心理咨询的形式和程序 137

5.2 心理治疗 140

5.2.1 心理治疗概述 140

5.2.2 心理治疗的常用方法 141

5.3 心理危机干预 142

5.3.1 心理危机概述 142

5.3.2 心理危机干预概述 144

5.3.3 心理危机评估 145

5.3.4 心理危机干预的步骤 146

5.3.5 心理危机干预的分类 147

5.3.6 心理危机干预的常用技术 149

**第6章 患者角色、患者心理与
心理护理 167**

6.1 患者角色 167

6.1.1 患者角色的概念和特征 168

6.1.2 患者角色适应 169

6.2 患者心理 170

6.2.1 患者心理的相关概念 170

6.2.2 患者的心理需要与心理
变化 170

6.3 心理护理 175

6.3.1 心理护理的概念 175

6.3.2 心理护理的基本要素 175

- 6.3.3 心理护理的原则 176
6.3.4 心理护理的程序 177

第7章 不同阶段患者的心理护理 191

- 7.1 孕产妇的心理特点和心理护理...191
7.1.1 孕产妇的心理特点 191
7.1.2 孕产妇的心理护理 194
7.2 儿童患者的心理特点和心理护理 196
7.2.1 儿童患者的心理特点 196
7.2.2 儿童患者的心理护理 198
7.3 青年患者的心理特点和心理护理 200
7.3.1 青年患者的心理特点 201
7.3.2 青年患者的心理护理 201
7.4 中年患者的心理特点和心理护理 202
7.4.1 中年患者的心理特点 202
7.4.2 中年患者的心理护理 203
7.5 老年患者的心理特点和心理护理 204
7.5.1 老年患者的心理特点 204
7.5.2 老年患者的心理护理 205

第8章 不同病症患者的心理护理 208

- 8.1 急危重症患者的心理特点和心理护理 208

- 8.1.1 急危重症患者的心理特点 ... 209
8.1.2 急危重症患者的心理护理 ... 209

8.2 慢性病患者的心理特点和心理护理 210

- 8.2.1 慢性病患者的心理特点 210
8.2.2 慢性病患者的心理护理 211

8.3 手术患者的心理特点和心理护理 212

- 8.3.1 手术患者的心理特点 213
8.3.2 手术患者的心理护理 213

8.4 传染病患者的心理特点和心理护理 215

- 8.4.1 传染病患者的心理特点 215
8.4.2 传染病患者的心理护理 216

8.5 恶性肿瘤患者的心理特点和心理护理 217

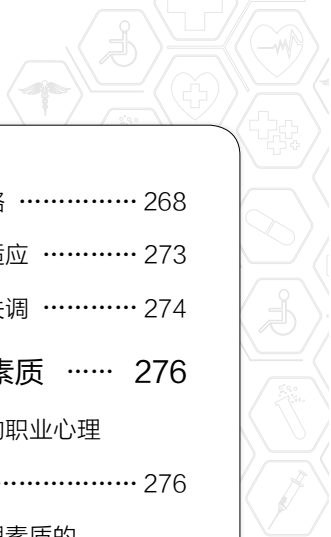
- 8.5.1 恶性肿瘤患者的心理特点及其影响因素 217
8.5.2 恶性肿瘤患者的心理护理 ... 218

8.6 疼痛患者的心理特点和心理护理 220

- 8.6.1 疼痛患者的心理特点 220
8.6.2 疼痛患者的心理护理 220

8.7 危机事件后创伤患者的心理特点和心理护理 222

- 8.7.1 危机事件后创伤患者的心理特点 222
8.7.2 危机事件后创伤患者的心理护理 223



8.8 器官移植患者的心理特点和
心理护理 224

8.8.1 器官移植患者的心理特点 ... 224

8.8.2 器官移植患者的心理护理 ... 226

第9章 护患关系与护患沟通 ... 230

9.1 护患关系 231

9.1.1 护患关系的概念与性质 231

9.1.2 护患关系的重要性 232

9.1.3 护患关系的内容与模式 233

9.1.4 护患关系的发展过程 235

9.1.5 护患关系建立的影响因素与
方法 236

9.2 护患沟通 237

9.2.1 护患沟通概述 237

9.2.2 护患沟通的形式 238

9.2.3 护患沟通的层次 242

9.2.4 护患有效沟通的影响因素 ... 243

9.2.5 护患沟通的基本原则 245

9.2.6 促进护患有效沟通的技巧 ... 247

9.3 护患冲突 259

9.3.1 护患冲突概述 259

9.3.2 护患冲突的原因 260

9.3.3 护患冲突的分类 260

9.3.4 护患冲突的处理原则 262

9.3.5 护患冲突的防范措施 262

第10章 护士角色心理与维护 ... 267

10.1 护士角色 267

10.1.1 护士角色人格 268

10.1.2 护士的角色适应 273

10.1.3 护士的角色失调 274

10.2 护士的职业心理素质 276

10.2.1 护士应具备的职业心理
素质 276

10.2.2 护士职业心理素质的
培养 279

10.3 护士的心理健康 285

10.3.1 护士心理健康问题 285

10.3.2 护理工作中常见的
应激源 285

10.3.3 护理心理健康建设 287

实践指导 291

实践1 气质类型问卷调查实验 ... 291

实践2 SCL-90自评量表测验 ... 294

实践3 焦虑自评量表、抑郁自评量表
测验 299

实践4 心理咨询基础训练 302

实践5 放松训练法的练习 304

实践6 患者心理护理的训练 307

参考文献 308



绪 论

学习目标

1. 掌握护理心理学的概念、研究对象、任务和方法。
2. 熟悉护理心理学研究的基本原则。
3. 了解护理心理学的发展概况。



案例导入

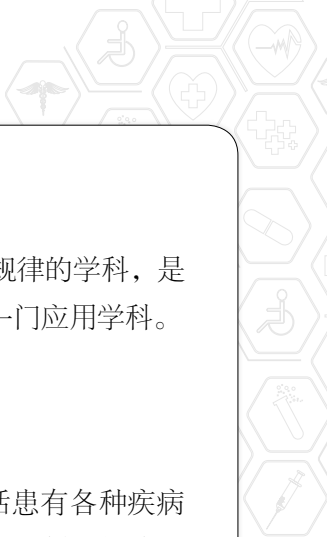
一场大地震，父亲在地震中不幸罹难，一双儿女分别被困在一块水泥板的两端，若要营救，可能要牺牲一方。情急之下，母亲做出了艰难选择——先救弟弟。此事成为姐姐心中难以磨灭的痛。

思考：

如何对母亲、姐姐、弟弟进行心理护理？

0.1 护理心理学概述

随着医学模式向生物 - 心理 - 社会医学模式转变，我国的护理模式已由“以疾病为中心”的责任制护理模式向“以人”为中心”的整体护理模式转变。在现代临床护理工作中，护士不仅要注意人生理方面的变化，还要重视协调人的生理、心理活动及与周围社会文化各方面的关系，促使人们达到最佳健康水平。同时，护士的心理健康与维护对护士自身和护理对象的身心健康都是至关重要的。因此，护理心理学（nursing psychology）已被列为护理专业中的专业拓展课程，学习和掌握护理心理学相关知识及实践技能已成为护理人员的重要任务。



0.1.1 护理心理学的概念

护理心理学是研究护理对象和护理人员心理活动发生、发展及其变化规律的学科，是将心理学理论和技术应用于护理学领域，由护理学和心理学相交叉产生的一门应用学科。

0.1.2 护理心理学的研究对象与主要任务

1. 护理心理学的研究对象

护理心理学的研究对象是人，包括两部分：一部分是护理对象，包括患有各种疾病（躯体疾病、心身疾病、神经精神疾病）的患者、亚健康状态的人和健康人；另一部分是护理人员，包括一线临床护理人员和护理管理人员。

2. 护理心理学研究的主要任务

护理心理学研究的主要任务是研究如何运用心理学的理论、方法和技术解决护理学中的心理问题。护理心理学研究的主要任务包括以下 5 个方面：

（1）研究患者的心理特点。研究患者的一般心理特点和特殊心理特点，以及疾病过程中的心理活动变化规律，是护理心理学的一项重要研究任务。不同疾病患者和不同年龄患者的心理特点各不相同，同一疾病患者和同一年龄患者的心理特点受社会背景、家庭经济状况等的影响也不尽相同，甚至不同病期对患者心理状态的影响也不同。因此，护理人员必须研究患者的心理特点，才能更好地、有针对性地开展个性化护理，促进患者早日恢复健康。

（2）研究身心相互作用对健康的影响。护理心理学不仅要深入研究人的心理活动对躯体生理活动的影响，还要研究疾病与心理因素之间的内在联系，以及人在患病之后产生的各种心理反应。护理人员只有认识和掌握其中的规律，才能采取有效的心理护理措施。

（3）研究心理护理的方法和技术。在临床上，护理人员针对不同患者现存的和潜在的心理问题与心理特点，研究出具体的心理护理方法，实施相应的心理护理技术。

（4）研究与应用心理评估、心理干预的理论和技术。护理心理学不仅要研究患者的心理活动规律，还要研究患者心理评估的理论和技术，在此基础上研究干预患者心理活动的理论与技术。护理人员只有对患者进行正确的心理评估，才能准确找出患者存在的心理问题，并针对心理问题进行干预，使心理问题得以解决或缓解。

（5）研究护理人员的心理健康和维护。在临床工作中，护理人员的心理健康直接影响人们的生活质量以及人类的健康事业，尤其是对为患者提供减轻痛苦、促进康复、心理方面等个性化护理起到重要作用。如护理人员的角色适应、护理人员工作应激的应对、护理人员职业心理素质及其培养、护理人员心理健康的维护等，都是护理心理学研究的重要内容。

0.1.3 护理心理学研究的基本原则与方法

1. 护理心理学研究的基本原则

护理心理学的研究既遵循心理学研究的特点,又有医学、护理学研究的特征。护理心理学研究主要遵守4个基本原则。

(1) 辩证原则。科学研究证明,唯物辩证法是对客观规律的正确反映,它要求人们在认识和实践活动中自觉运用客观世界发展的辩证规律,严格按客观规律办事。护理心理学研究主要是借助唯物辩证法理论,辩证分析护理领域中患者与护理人员的各类心理问题,研究护理情境对个体心理过程的影响,在心理学理论的指导下,积极开展心理护理实践过程,并在此基础上逐渐形成本学科的理论体系。

(2) 客观性原则。护理心理学是一门应用学科,具有客观性原则。客观性原则是指对客观事物采取实事求是的态度,既不歪曲事实,也不主观臆断。因此,在护理心理学研究中,护理人员要深入临床护理实践工作,收集相关研究资料,并在实践中客观地对资料进行观察、思考、总结,不能主观臆断,以免个人的认知影响对研究结果的判断;坚持客观化标准,将理论与实际密切结合,坚持一切从实际出发和实事求是的科学态度,确保研究工作的真实性、科学性。

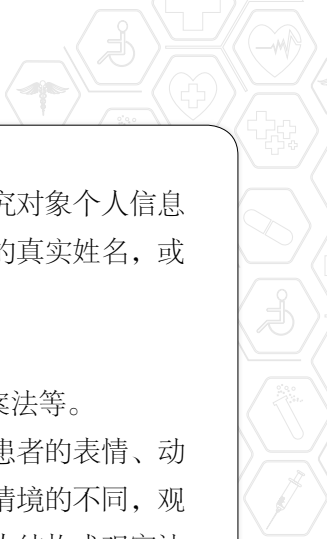
(3) 整体性原则。近代护理学和护理教育创始人弗洛伦斯·南丁格尔(Florence Nightingale)曾说:“护理工作的对象,不是冷冰冰的石块、木头和纸片,而是有热血和生命的人类。”人是既有复杂的躯体生理活动,又有复杂的心理活动的统一整体。人的躯体患了疾病,心理上必然有所反应;人积极的或消极的心理状态对躯体的生理状况也必然有影响。护理情境与个体之间存在相互作用和影响,如果在分析患者或护理人员的心理活动时离开护理情境而孤立地看待其心理反应和变化,就无法揭示其心理反应的本质及发展规律。

(4) 伦理学原则。护理心理学的研究对象是人,而人的生命是不可逆的。因此,护理心理学的研究过程必须坚持知情同意的伦理学原则,并且严格限制任何有损于研究对象的研究手段,如欺骗、损害或伤害、侵犯等。研究者在护理心理学研究中必须恪守以下伦理学原则:

① 有利原则。在护理心理学研究过程中,一切出发点都必须有利于维护研究对象的身心健康,不允许人为地对研究对象施以惊吓、忧伤等不良刺激,避免使用易导致研究对象不愉快或疲劳的研究程序。

② 尊重、自主原则。在护理心理学研究过程中,研究者应尊重研究对象的主观意愿,尊重研究对象及其做出的理性决定。研究者不能强行要求研究对象参加某项试验,如果研究对象在研究试验过程中有意愿终止合作,则应该维护其权利,尊重他们的选择。

③ 保护被研究者的个人隐私。在护理心理学研究过程中,研究者有责任对研究对象



的个人信息实行严格的保密措施，未经研究对象同意，不得将任何涉及研究对象个人资料公之于众，如需将有关资料反映在研究报告中，必须隐去研究对象的真实姓名，或将其完整的原始资料分解处理后使用。

2. 护理心理学研究的方法

护理心理学研究的方法主要有观察法、调查法、实验法、测验法和个案法等。

(1) 观察法。护理心理学所采用的观察法是通过研究对象，特别是患者的表情、动作、言语等外在行为的观察来了解其心理活动的一种方法。根据研究设置情境的不同，观察法可分为自然观察法与控制观察法；根据观察结构的不同，观察法可分为结构式观察法和非结构式观察法。

① 自然观察法与控制观察法。

· 自然观察法。自然观察法是在自然情境中对研究对象的外貌、语言、动作、表情、衣着服饰等做直接或间接的观察记录和分析，从而了解其心理活动的研究方法。自然观察法是在研究对象完全不知情的情况下进行的，所得到的资料较真实、可靠。

· 控制观察法。控制观察法又称实验观察法，是指在预先设置的观察情境和条件下对研究对象的心理反应及行为进行观察的方法。通过控制观察法所得到的资料有一定的规律性和必然性。

② 结构式观察法和非结构式观察法。

· 结构式观察法。结构式观察法是指观察者事先确定观察对象和观察项目，并设计记录观察结果指标的一种方法。例如，对住院患者心理状况的观察分为焦虑、抑郁、焦虑与抑郁并存 3 类，将观察结果制成记录表格，研究人员就可以对观察到的患者的心理状况进行准确的分类、记录。

· 非结构式观察法。非结构式观察法也称无结构观察法，是没有事先确定具体设计要求的观察方法。它一般只要求观察者有一个总的观察目的和要求，或一个大致的观察内容和范围，并没有很明确的研究假设和具体的观察内容，也没有正式的记录格式。非结构式观察法适用于观察婴儿、昏迷者、精神病患者等的行为和病情，通过观察直接或间接获取资料。其观察结果受观察者的主观判断能力和分析能力的影响较大，因此具有相当的主观性。

(2) 调查法。调查法是通过访谈、会谈、座谈或问卷等回答问题的方式，了解研究对象心理活动的方法。该方法操作简便，结果较为科学，具备一定的参考价值，在心理学领域被广泛采用。调查法分为问卷法和访谈法两种。

① 问卷法。问卷法是指研究者采用预先拟定好的问卷，当场或通过函件交由研究对象，研究对象自行填写后返回，然后由研究者对问卷进行整理和分析的研究方法。

② 访谈法。访谈法是指研究者通过向研究对象提出预先拟定好的问题，在一问一答中

搜集资料,按同一标准记录研究对象回答问题的内容,同时观察其交谈时的行为反应,分析和推测群体心理特点及心理状态的研究方法。由于访谈对象有限,加上研究对象可能受主观和客观因素的影响,资料的真实性有可能会受到影响。

(3) 实验法。实验法是指在有目的地控制一定的条件或创设一定的情境下操纵某种变量来考察它对其他变量影响的研究方法。护理心理学常用的实验法有实验室实验法、现场实验法和模拟实验法3种。

① 实验室实验法。实验室实验法是指在特定的心理实验室里,借助专门仪器设备研究患者心理行为规律的方法。实验室实验法的优点是可以进行严格的条件控制,排除其他干扰因素,以获得满意的研究结果。

② 现场实验法。现场实验法是指在社会实际生活情境中进行研究的方法。现场实验法是护理心理学比较常用的研究方法,如病房墙面颜色和光线强度对住院患者心理影响的研究等都需以病房为研究现场开展。现场实验法的优点是更贴近生活,实验结果更真实、有效。

③ 模拟实验法。模拟实验法是指根据研究需要人为设计某种模拟真实情境的实验场所,研究人的心理活动发生和变化规律的研究方法。例如,模拟护患交流情境,请有关人员扮演患者,观察护理人员的人际沟通能力。

(4) 测验法。测验法也称心理测验法,是采用标准化的心理测评量表或精密的测验仪器来测量个体心理反应、行为特征等的研究方法,根据测验结果揭示研究对象的心理活动规律,是心理学收集研究资料的重要方法。人格量表、智力量表、行为量表、症状评定量表等都可在测验法中使用。

(5) 个案法。个案法又称档案研究,是指以某一个人或一个家庭,或一个团队为研究对象,采用观察、访谈、测评、实验等方法,研究其心理发展变化全过程的方法。例如,临床工作中深入研究一个典型病例,即可为更大范围的治疗提供依据。护理心理学常常需采用个案法,通过对多个护理人员、患者的典型个案的研究和积累找出解决问题的规律。

0.2 护理心理学的发展概况

0.2.1 中国护理心理学发展概况

1. 学科建设日趋成熟完善

我国护理心理学的发展是随着心理学、医学心理学和护理学的发展而逐渐成为独立学科的。1900年,京师大学堂(北京大学的前身)开设心理学课程,并于1917年首次建立心理学实验室,标志着我国现代心理学进入科学发展时代。1920年,南京高等师范学



校建立了我国第一个心理学系。1921年，中华心理学会在南京正式成立。1922年，我国第一本心理学杂志《心理》出版。1958年，中国科学院研究所成立了“医学心理学组”。1978年改革开放后，医学心理学工作才在全国各地陆续开展起来。



图文
《心理》杂志

自1981年我国学者刘素珍撰文提出“应当建立和研究护理心理学”以来，我国护理心理学的研究逐步深入，其科学性以及在临床护理工作中的重要性引起了学术界及卫生管理部门的高度重视，整个社会逐渐接受了护理心理学的理念。在1991年人民卫生出版社出版的高等医学院校本科教材《医学心理学》中，护理心理学被归为医学心理学的分支学科。1995年11月，中国心理卫生协会护理心理学专业委员会在北京正式成立，标志着护理心理学作为独立学科在国内学术界有了最高层次的学术机构。

教材的编写和出版是我国护理心理学发展的一个特征性标志。1991年，第一部护理心理学教材《护理心理学》出版，护理心理学的学科建设步入新的历史发展时期。首先，随着护理心理学知识的普及和临床心理护理实践的广泛开展，护理心理学人才队伍不断壮大；其次，护理心理学的最高学术机构，即中国心理卫生协会护理心理学专业委员会的成立使护理心理学的学科地位得到了进一步提高；最后，护理心理学专业教材的出版使得护理教育体系更加完善，护理心理学成为护理教育的专业必修课。

2. 心理护理科研活动得到深入开展，并广泛应用于临床护理

为适应整体护理模式的需要，目前广大护理工作者积极开展心理护理的应用研究。随着心理护理方法研究的不断深入，对患者心理活动共性规律和个性特征探索的科学研究，如心理评估、心理干预、标准化心理评定量表等在临床心理护理中的广泛应用使得心理护理的质量和效果显著提高，有效推动了我国临床护理事业的发展。

0.2.2 国外护理心理学发展概况

1879年，德国心理学家威廉·冯特（Wilhelm Wundt）在莱比锡大学建立了世界上第一个心理学实验室，这标志着心理学真正成为一门独立的学科，同时为护理心理学的诞生和发展奠定了基础。



知识链接

“实验心理学之父”

威廉·冯特，德国心理学家、生理学家、哲学家，被公认为“实验心理学之父”。他于1879年在莱比锡大学创立了世界上第一个专门研究心理学的实验室，这被认为是心理学成为一门独立学科的标志。他学识渊博，著述甚丰，一生作品达540余篇，研究领域涉及哲学、心理学、生理学、物理学、逻辑学、语言学、伦理学、宗教学等。

南丁格尔于 1860 年在英国的圣托马斯医院创办了世界上第一所护士学校，这标志着护理工作走上了科学的发展道路。从此，护理事业迅速发展，护理心理学研究也不断深入，在理论和实践方面均取得了新进展，呈现出以下 4 个方面的特点。

1. 强调心身统一整体护理

自 20 世纪 70 年代后期以来，新的医学模式的提出使护理工作的内容不再是单纯的疾病护理，而是以患者为中心或以人的健康为中心的整体护理。国外护理心理学家主张把疾病与患者视为一个整体，把“生物学的患者”与“社会心理学的患者”视为一个整体，把患者与社会及其生存的整个外环境视为一个整体，把患者从入院到出院视为一个连续的整体。其中，临床心理护理是整体护理的核心内容。

2. 应用心理疗法开展临床心理护理

将心理疗法应用于临床心理护理实践是国外护理心理学研究的一个重要特点。国外护理心理学家主张应用于临床心理护理的心理疗法有音乐疗法、松弛训练法、认知行为疗法、森田疗法等，在应用心理疗法进行心理护理的过程中，他们也比较突出强调实用效果，许多研究采用心理量表进行对照测验，取得了肯定的效果。

3. 制定符合整体护理的人才培养方案

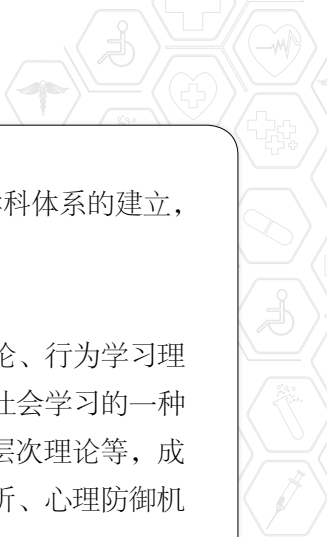
根据现代整体护理理念制定的培养目标对护理专业课程设置和护理专业知识结构进行了大幅度的调整。根据整体护理模式对护理知识结构的全新要求，课程中增加了大量心理学领域的相关课程。例如，美国四年制本科护理专业开设了心理学（包括护理心理学、变态心理学），还开设了社会学（包括社会行为学）等在内的与心理护理相关的课程。又如，新加坡国立大学的护理专业开设了心理学健康护理、护士心理学、心理社会视角等课程，使护理人才的知识体系更贴近整体护理模式的需求。

4. 开展量性和质性研究

量性和质性研究是国外护理心理学研究的主要方法。量性研究是指先规定收集资料的方法，通过数字资料来研究现象的因果关系。运用量性研究，护士可以揭示病因和自身的心理特点、心理干预策略和心理护理效果。质性研究是指研究者参与到自然情境之中，采用观察、访谈、案例分析等方法收集资料，对心理现象进行整体性探究，采用归纳的思路来分析和形成理论，通过与研究对象互动来理解和解释他们的行为。质性研究也越来越广泛地被应用于心理护理理论与实践研究中，其强调研究过程中护士的自身体验。量性和质性研究的开展增强了护理心理学的科学性，提高了其实践价值，对学科发展起到了极大的推动作用。

0.2.3 护理心理学的发展趋势

护理心理学的学科发展和学科体系建设与护理学自身的学科发展密切相关，护理学的



根本任务是维护健康、预防疾病、恢复健康、减轻病痛。随着护理学一级学科体系的建立，当代护理心理学的发展趋势主要体现在以下 4 个领域。

1. 基础理论领域

心理学理论是现代护理的重要理论基础和来源，主要包括精神分析理论、行为学习理论、认知理论及人本主义理论等。其中，社会观察学理论关于观察学习是社会学习的一种最主要形式，还有美国人本主义心理学家马斯洛（A. H. Maslow）的需要层次理论等，成为护理心理学理论的重要组成部分。此外，关于人格理论、自我概念、挫折、心理防御机制、应激转归等心理学理论也作为重要理论基础被吸收到现代护理学中。

2. 临床护理实践领域

在临床护理实践中，护理心理学的技术、方法为护理实践提供了有效的技术素材，如心理评估技术、心理测验和评定量表在对患者进行心理评估和诊断的步骤中，均为不可或缺的定性与定量技术。重视研究心理护理的临床实践技术，采用科学合理的个体化心理护理手段，提高心理护理质量和效果，采用标准化的评估方法和科学的统计技术手段是临床心理护理研究的发展趋势。

3. 护理诊断 / 问题领域

北美护理诊断协会通过的护理诊断中有一半以上与心理社会方面的功能有关，大约有 1/3 的护理诊断是纯粹的心理障碍问题。因此，护理人员只有通过学习护理心理学，掌握一定的心理护理方法和技术，才能做好患者的心理护理。

4. 提高整体护理质量领域

了解和掌握有关心理学知识，如认知、情绪、人格以及社会文化等因素与健康疾病的相互关系，有益于护理人员对疾病病因和发病机制的认识与理解，针对患者一般的心理反应和不同患者的心理特点制订相应的护理计划，有的放矢地开展心理护理，促进整体护理水平和质量的提高。



图文
《北美国际护理诊断定义与分类（2021—2023）》修订解读

0.3 护理心理学的意义

0.3.1 适应医学模式的转变

我国医学模式向生物 - 心理 - 社会医学模式转变，护理模式由“以疾病为中心”的责任制护理模式向“以人为中心”的整体护理模式转变。随着整体护理模式的实施，现代护理学已不再是对疾病的简单护理，而是“对人类现存的和潜在的健康问题的反应进行诊

断和处理”。其中，心理护理是整体护理的核心部分。

0.3.2 有助于提高护理人员的心理素质

在现代整体护理观背景下，护理人员的压力越来越大，护理人员的心理健康问题也较为突出。据调查，护理人员的心理健康状况低于世界平均水平，如有抑郁、焦躁、职业紧张、职业倦怠等问题，这些问题不仅直接影响护士的身心健康，还会影响患者的治疗和康复。针对护理人员职业心理素质的维护和提高，首先，护理人员需要具备扎实的心理学理论知识，如掌握护士角色人格、职业护士心理素质养成与自我管理、护士心理健康维护与促进等方面的知识，将有助于自我观察、自我分析，有利于有效调控自我、不断完善自我，维护自身心理健康；其次，医疗系统管理者、社会、家庭等多方需要帮助护理人员调整心态、缓解压力，提高护理人员的心理素质。

0.3.3 有助于现代护理学的发展

由于护理模式的转变，护理工作的对象已由患者扩展到有潜在健康问题的健康人；护理工作的范围由医院扩展到社区；护理工作的性质由疾病护理扩展到健康护理；护理人员的职能也由单一向多样转变。这些变化意味着现代护理学将由简单的医学辅助学科演变为一门受人重视的独立学科。护理心理学是整体护理的重要组成部分，是整体护理模式的特色所在。因此，随着研究的深入，自身体系的不断完善，护理心理学将使现代护理学更全面、快速地发展。

拓展阅读

使自己保持优秀的 5 个习惯

1. 树立有意义的目标

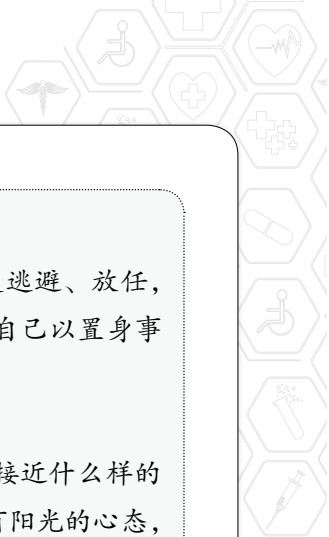
比起着急赶路，更重要的是先做好充足的准备，制订好缜密的计划。一个目标清晰的人，在前进的路上往往不会迷失方向。试着给自己设定一个有意义且实际的目标，找准目标，脚踏实地地做好眼前的事，剩下的交给时间就好。

2. 保持好奇心

生活处处皆学问，很多时候，推动你前进的正是你的好奇心。凡事多问几个为什么，也许一个不经意间就能收获巧思，创造出更多的可能性。

3. 突破思维定式

越是优秀的人，越有危机意识，越懂得突破固有的思维，接受新的挑战。在发现自己的思维存在局限性后，你可以投入更多的时间读书学习，了解最新的资讯。你的眼界如果越来越开阔，那么解决问题的能力也会越来越强。



4. 能够掌控情绪

在生活中，我们难免会产生负面情绪，面对这些负面情绪，我们是逃避、放任，还是主动消化、掌控。想要发脾气时，不妨试试停顿一会儿不说话，让自己以置身事外的角度来看待这件事，或许就会淡然处之。情绪稳了，人生也就顺了。

5. 多和优秀的人在一起

近朱者赤，近墨者黑。我们选择跟什么样的人在一起，就会越来越接近什么样的人。你想在工作上有所收获，就要与事业心强、拼搏向上的人为伍；你想有阳光的心态，就要经常与微笑面对生活、积极乐观的人交往。多与优秀的人在一起，自己也会越来越优秀。



课后思考题

一、单项选择题

- 下列对护理心理学定义的描述中不正确的是（ ）。
 - 护理心理学是交叉边缘学科
 - 护理心理学是新兴学科
 - 护理心理学重视护理情境
 - 护理心理学是主要的思想教育学科
 - 护理心理学的研究对象是人，包括两部分，即护理对象和护理人员
- 创办世界上第一个心理学实验室，标志心理学真正脱离哲学而成为独立学科的人是（ ）。
 - 马斯洛
 - 冯特
 - 荣格
 - 华生
 - 弗洛伊德
- 生物—心理—社会医学模式是（ ）。
 - “还原论”的医学模式
 - “整体观”的医学模式
 - “心理至上论”的医学模式
 - “天人合一论”的医学模式
 - 生物医学模式
- 护理心理学的研究对象不包括（ ）。
 - 患者
 - 社会工作者
 - 亚健康状态的人
 - 护理人员
 - 健康人

5. 借助会谈、问卷或各种调查表了解一组人的某些心理行为特点的研究方法是()。

A. 观察法

B. 调查法

C. 测验法

D. 实验法

E. 个案研究

二、简答题

1. 简述护理心理学的研究对象。

2. 简述护理心理学常用的研究方法。